

普通高校健美操教材的创新与重建

郑 婕¹, 方富荣¹, 刁在箴²

(1. 厦门大学体育部, 福建 厦门 361005; 2. 华中师范大学体育系, 湖北 武汉 430079)

摘 要:针对目前体育教材建设中存在的问题,以编写全国普通高校健美操教材的研究为铺垫,探讨如何根据“育人为本”的教育理念,明确教材编制的目标和定位,对编写教材的诸因素进行理论分析和思考,通过对健美操教材形式、语言、结构、内容的创新构建,深化对普通高校体育教材编制的研究。

关键词:健美操;教材;普通高校;创新;重建

中图分类号: G831.32 **文献标识码:** A **文章编号:** 1007-3612(2005)05-0687-02

Research on Innovating and Rebuilding of the Aerobics Textbook in General Universities and Colleges

ZHENG Jie¹, FANG Fu-rong¹, DIAO Zaizhen²

(1. Deptment of P. E., Xiamen University, Xiamen 361005, Fujian China; 2. College of P. E., Central China Normal University, Wuhan 430079, Hubei China)

Abstract: Aiming at the current problems during the construction of P. E. teaching textbooks, based on the research on composing the Aerobics Textbook of the national general colleges and universities, this paper explores how to define the purpose and orientation of composing textbooks following from the educational idea of “students-centered”. Further this study conducts a theoretical analysis and consideration on the various factors related to composing textbooks, thereby aiming to deepen the research of textbook composing in higher education, based on innovating and rebuilding of the form, language, structure, and contents of the aerobics textbook in general colleges and universities.

Key words: aerobics textbook; composing; in general colleges and universities

体育课程的新理念,给体育教学改革带来了新动力,高校的体育课程建设迅猛发展,作为课程的重要依托和负载——教材的建设也体现得非常明显。在一段时间里,体育教材层出不穷,目不暇接。同时,也出现了各类体育教材数量急剧增加,而各类课程的教材内容蜻蜓点水,质量良莠不齐的现象。一些公共体育课的学生用书中大篇幅技术动作的专业文字描述和竞技技术的动作规格,既不能很好地起到指导学生锻炼的目的,又不能吸引学生积极参与到该项锻炼中来,甚至感觉无新意且乏味,教材从形式到内容大有其泛滥的趋势。

在对若干版本的健美操教材分析中,发现大部分教材存在针对性不强,服务对象模糊的现象。不管是面向体育院校健美操专业学生还是面向普通高校公共体育课学生;不管是教师用书还是学生学习;也无论是必修课教程还是选项课教材,几乎千篇一律地在章节目录和内容的选择上,都把健美操的起源与发展、健美操的分类与特点、健美操的功能与锻炼价值作为开篇,接着就是健美操基本动作与成套动作,再就是健美操创编,最后加上科学锻炼方法与竞赛裁判法。本本教材似乎都摆出专业理论与教学教法的权威面孔,不同的只是成套动作的难易程度有所区别。使读者不知教材的用途到底是让我们去教健美操,还是让我们去学健美操,甚至编者也不知道写书是给教师看的还是给学生看的。这种“绝对化”的教材观体现的是“教材即知识”的传统教育理念。在这种理念的影响下,编者为了编教材而编教材,教材内容是静态的、定论的、程

式化的,排斥有争议的问题而没有给学生留有发挥的空间和讨论的余地,失去了应有的主动性和灵活性。

1 健美操教材重建的理论依据

按照 2002 年 6 月教育部向全国颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》精神,大学体育是以身体练习为主要手段,通过合理的体育教育和科学的体育锻炼过程,达到增强体质、增进健康和提高体育素养的目标。健美操教材编写必须符合运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应五个领域的相关要求,促进学生的身心和谐发展,把思想品德教育、文化科学教育、生活与体育技能教育融入健美操学习、锻炼中,为实施素质教育和培养全面发展的人才做贡献。

2 健美操教材重建原则与指导思想

2.1 教材重建的原则 一是要以先进的教育思想理念为支撑。要按照选编教材的原则要求,体现课程确定的目标;适合课程设置的要求;推动课程结构的改革;为“三个自主”^[1]创造条件。

二是要充分考虑教材的实用性。要适应不同教育方式的需要,为“活动课程”提供内容,为“体验课程”创造条件,为“综合课程”搭建平台。还要考虑如何体现课程的非线性结构;如何适应课程的开放性特征;如何满足课程的自组织需要;如

投稿日期:2004-08-31

作者简介:郑婕(1962),女,山东日照人,副教授,博士生,研究方向体育人文社科。

何确定课程的稳定主题;以及如何体现丰富性、回归性、关联性、严密性、健身性、代表性、可行性和如何尽可能扩大学生的体育知识面,提高学生的认知能力^[2]。

2.2 教材重建的指导思想 在符合学校体育实际的基础上,充分体现健美操教材的多元化含义,着眼于学生的未来与发展,其编制内容应该有利于学生形成自觉锻炼的习惯,养成终身体育意识;有利于学生掌握健美操运动的基本方法、基本技术,有效提高自身的运动能力与体能,使身体素质得以全面发展;有利于学生在适宜的健美操学习过程中,体验练操的乐趣和成功的感受,塑造良好的身体形态,提高审美情趣,增强自信心;有利于学生运用健美操锻炼方法调节自己的情绪,改善心理状态、克服心理障碍,培养积极乐观的生活态度;有利于学生根据自己的能力设置学习目标,编制可行的个人锻炼计划;用科学的评价体系监测自己的健康状况;有利于学生养成良好的行为习惯,懂得合理的饮食营养,形成健康的生活方式;有利于体育文化欣赏与继承;有利于学生表现出良好的体育道德和合作精神,正确处理竞争与合作的关系。按照以上视角和标准编制教材,努力使健美操教学朝着“快乐体育”“成功体育”的方向发展。

3 健美操教材的重建

3.1 教材定位 带着教材现存的问题我们对不同地区、不同类型高校目前健美操教学用书的情况进行了调查研究,对长期在健美操一线教学的教师所反映的情况和提出的建议进行了综合。我们认为普通高校的新健美操教材应当符合“教材是经验”“教材是范例”的新教材观^[1],即以学生发展为本,最大限度地满足学生的需要和可能。它非“教师教学用书”而是“学生学习用书”;既是教学用书又是课外读物。因为健美操教学的特殊性使得学生不可能天天带着书本上体育课,体育老师所教的内容新颖多样,哪怕在课上暂时学会,也需要到课下反复练习。所以课本的用途主要体现在课外自学,用于学生的自主性学习,应成为学生课余时间进行身体练习的指导书。

3.2 教材设计 新健美操教材的总体设计采取“平台+模块”的结构,把健美操教材分为四个平台。在不同的平台上反映出不同学生对健美操知识的不同层次的要求,体现健美操内容与大学生认知结构的统一。鉴于人类认识过程是从感性到理性,由易到难,由浅入深的,因此第一平台是体现健美操的最基础的入门常识,是每位学生学习健美操的必读内容;第二平台是对第一平台的实践和拓宽,遵循“以学生为本”的理念,把传授健美操知识、学习运动技能与学生的心理感受和全面发展相结合;第三平台则是为满足某些对健美操项目有特殊要求的学生而设置的。各平台的教材内容由浅入深,反映不同学生对健美操的不同要求,以符合现代大学生个性化与自主选择性强特性。第四平台是为加强练习者互相学习、互相关心、相互帮助而搭建的交流平台,通过书中给予的相关网站,链接更多的知识链,结交更多的健身朋友,以丰富学生的健身文化,提高学生的自学能力,拓展学生的知识面。各平台的内容又采取模块组合的方式(各节内容),模块间相对独立,每位学生可根据自己的需要,选用不同的模块组合,这样就使得新教材具有更大的灵活性,能够满足不同层次、不同要求的学生对健美操的需求。

3.3 特色提炼 为了体现健身性与文化性相结合;民族性与世界性相结合;统一性和灵活性相结合;实践性和知识性相结

合。经过反复推敲,健美操教材的特色应该为:

新——体现在内容、结构、版面等方面均有新的创意,新的理念,新的信息,新的功能,掌握好高等学校教材的尺度。启发教师运用新的教学策略,实现自我更新。并设立开放性的问题,为学生提供自练、交流、开发终身锻炼资源的空间。

简——动作简单易学,文字说明言简意赅;图例丰富,直观性强,能充分调动学生的视觉感受和审美感受,与学生直接进行交互式的学习交流。重点内容用图表醒目标出,力戒教学专业化和繁琐的程式化。

效——重视练习过程,强调锻炼效果。每套练习均附有练习提示,建议性的持续时间、负荷要求、自我检测方法、注意事项等。教材中还穿插有知识性、趣味性的小贴士和知识窗。

3.4 创新探究

3.4.1 功能拓展 改变同类教材过于注重技术、知识传授的倾向,强调学生形成积极主动的学习态度,心理健康,审美观念,锻炼价值,不断拓展健美操的教育功能;培养学生自主学习、自觉锻炼的功能;发挥学生探究性学习的功能。

3.4.2 多重作用 力求具有传递与交流健身文化的作用,促进学生个性发展的作用,适应与推动普通高校健美操教学改革的作用,丰富校园文化促进终身健康教育的作用。

3.4.3 按需所求 在有限范围尽力扩大读者的知识面。将不同需求的健美操内容融进一本教材中,用“*”号表明不同层次对健美操的要求。如希望学习更多的健美操知识和内容的学生,可以从标有“*”号的教材中获取。

3.4.4 前后呼应 在每一章中加入“课前提示”,包括章前导言、学习目标、关键词,以及“课后思考”包括成长纪录,自我思考。试图给学生一个完整的教学过程。

3.4.5 版式翻新 在呈现形式上力求出新,图文并茂,引人入胜,能全面调动学生视觉的不同角度投入学习。书中附有“小贴士”、“知识窗”、“快乐点击”、“请你链接”和精美的插图,以引发读者探究性学习的热情和兴趣,发挥教材在激发学生求知欲望中的作用。

4 健美操教材内容编制

根据体育教学目标的必要性和教学条件的可行性^[3],从五个视角审视健美操素材,编制适合普通高校公共课学生学习的健美操教材内容。

1) 对应身体发展的目标与标准,编制锻炼效果好、可行性强的与各年级学生发展需要相匹配的身体练习内容。2) 对应知识掌握的目标与标准,编制信息量大,概念性、原理性强,与体育文化基本内容相关的知识内容。3) 对应运动技能掌握的目标与标准,编制普及率高,易学易练,与人的兴趣、爱好相适应的身体练习和运动方式。4) 对应意志品质教育的目标与标准,编制对学生的情感陶冶和意志训练有特殊作用的内容。5) 对应终身体育需要的目标,编制年龄跨度大、实用性强、娱乐性浓,安全稳妥的内容。

参考文献:

- [1] 教育部. 全国普通高等学校体育课程教学指导纲要. 北京, 2002.
- [2] 靳玉乐, 等. 新教材将会给教师带来写什么[M]. 北京: 北京大学出版社, 2002.
- [3] 郑厚诚. 全国普通高校体育课程系列教材——编制方略与实施计划, 2004. 2.